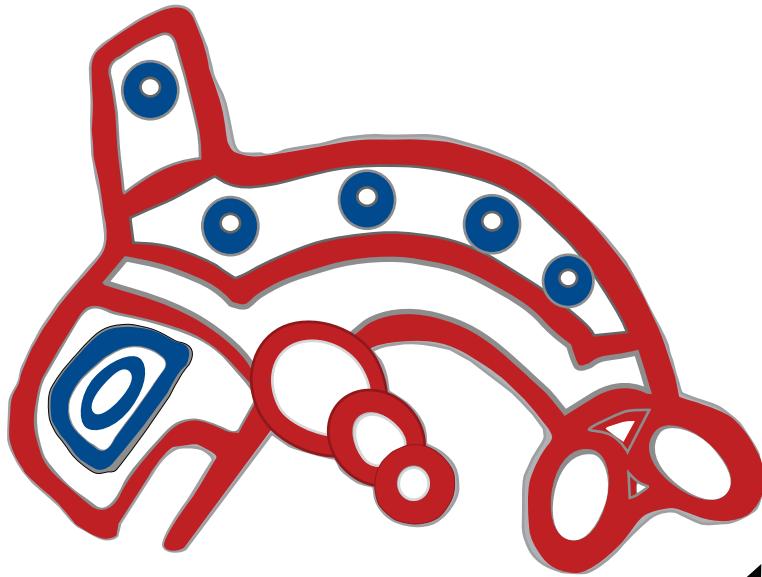




THE CITY OF SAN DIEGO PARK AND RECREATION DEPARTMENT • "WE ENRICH LIVES THROUGH QUALITY PARKS AND PROGRAMS"  
LA CIUDAD DE SAN DIEGO EL DEPARTAMENTO DE PARQUE Y RECREACIÓN • "ENRIQUECEMOS VIDAS POR MEDIO DE PARQUES Y PROGRAMAS DE CALIDAD"

*4380 Landis Street • San Diego, CA 92105  
(619) 641-6126 • [www.sandiego.gov](http://www.sandiego.gov)*

# **City Heights** **Swim Center**



## **ORCAS** *Spring Program 2008*

## *Programa de Primavera 2008*

*Effective: March 3 - June 22, 2008 • Efectivo: 3 de marzo - 22 de junio, 2008*

*Closed: March 31, May 15 and June 7, 2008*

*Cerrado: 31 de marzo, 15 de mayo y 7 de junio 2008*

Programs and fees are subject to change without prior notice.

Los programas y las cuotas estan sujeto a cambios sin ningun aviso.

Non-residents must pay twice the resident rate.

Los que no son residentes deben pagar doble el horario de los programas.



## CSDS★

### City of San Diego Swim League

City of San Diego Swimming (CSDS) is a multi-cultural recreational swim organization for youth ages 5 - 17 years old, which offers a quality, safe and affordable program that is committed to developing well-balanced athletes who compete at the local level. The goal of CSDS is to encourage personal challenges through competition and organized practices; and to promote spirit by supporting each other, working together and HAVING FUN!

Prerequisite for joining CSDS is successful completion of Competitive Skills I course or Pool Manager's approval.

#### WHITE

Monday, Wednesday, Friday	4:45 pm - 5:45 pm
March	\$15.40
April	\$14.30
May	\$14.30
June	\$17.60

#### SILVER

Monday - Friday	5:45 pm - 6:45 pm
March	\$23.10
April	\$24.20
May	\$23.10
June	\$24.20

#### BLUE

Monday - Friday	4:45 pm - 6:45 pm
March	\$44.00
April	\$42.90
May	\$40.70
June	\$42.90



### YOUTH WATER POLO★

Participants are introduced to basic water polo skills with emphasis on teamwork and sportsman-ship. Participants must be able to swim 200 yards continuously and tread water for one minute

Tuesday, Thursday	Ages 6 - 17 4:45 pm - 5:45 pm
March	\$8.80
April	\$9.90
May	\$9.90
June	\$14.30



YOUTH WATER POLO LEAGUE

ESTABLISHED 1993\*

★A limited number of scholarships and fee waivers (based on financial need) are available. Please contact the Pool Manager for more information.

### LEARN TO SWIM FOR FREE

This exciting program provides swimming skills, promotes water safety, and encourages youth to consider future careers as lifeguards.

- Ages 3 years - Adult
- Attendance is Mandatory.
- Registration begins at 4:00 pm on March 17, 2008
- Registration is on a first come, first serve basis.

Monday, Wednesday, Friday (Nine 35-minute classes)

Session 1      March 24 - April 11, 2008

Session 2      April 14 - May 2, 2008

Session 3      May 5 - May 23, 2008

Contact or visit pool for further information on times and classes offered.



### LAP SWIM

Monday - Friday	3:15 pm - 4:45 pm
Monday, Wednesday, Friday	7:00 pm - 8:00 pm

### RECREATION SWIM

Sunday                  4:00 pm - 6:00 pm  
Specific lanes/areas will be designated for Lap/Recreational swimming, however, pool may be utilized for other programs during designated Lap/Recreational swim times.

### FACILITY ADMISSION FEES

Adults (16 years & older)                  \$5.00/admission  
Child/Disabled/Senior (62 & older)        \$1.50/admission  
All persons entering the facility during Recreation and Lap Swim times MUST pay the admission fee.

- Discount passes are available for purchase and can be used at all City pools (passes expire one year from the date of issue).
- Children under 7 years of age or less than four feet tall must be accompanied by a paying parent or responsible adult in a swimsuit at all times. While in the water, a parent or responsible adult must remain within arms reach of the child.

### SAFETY CHECKS

There may be ten minute safety checks conducted every half hour or every hour during Recreational Swim hours.

- The City of San Diego Swimming Pools may close without notice during inclement weather conditions.
- All Aquatics programs, schedules and fees may change and/or be cancelled without notice.

## CSDS★

### Liga de Natación de la Ciudad de San Diego

Liga de Natación de la Ciudad de San Diego (CSDS) es una organización de muchas culturales de natación recreativa para jóvenes de 5 - 17 años de edad que ofrece un programa de calidad, seguro y económico; cometido al desarrollo de atletas bien equilibrados que pueden competir en el nivel local. ¡La meta del CSDS es de alentar los desafíos personales por medio de la competencia y las prácticas organizadas; y para fomentar el espíritu apoyándose uno al otro, trabajando juntos y para DIVERTIR! El requisito previo para unirse al CSDS es ver terminado las Habilidades Competitivas I con éxito o con aprobación del gerente de la alberca.

#### **BLANCO**

lunes, miércoles, viernes	4:45 pm - 5:45 pm
marzo	\$15.40
abril	\$14.30
mayo	\$14.30
junio	\$17.6

#### **PLATA**

lunes - viernes	5:45 pm - 6:45 pm
marzo	\$23.10
abril	\$24.20
mayo	\$23.10
junio	\$24.20

#### **AZUL**

lunes - viernes	4:45 pm - 6:45 pm
marzo	\$44.00
abril	\$42.90
mayo	\$40.70
junio	\$42.90

### POLO ACUÁTICO PARA JOVENES★

Participantes serán introducidos a las habilidades básicas de Polo Acuático con énfasis en el trabajo de equipo y en la ética deportiva. Los participantes deben poder nadar 200 yardas continuamente y pedalear en el agua por un minuto.

martes y jueves	6 - 17 años 4:45 pm - 5:45 pm
marzo	\$8.80
abril	\$9.90
mayo	\$9.90
junio	\$14.30

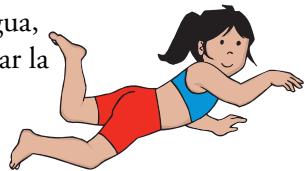


- Los programas y las cuotas acuáticas se pueden cambiar o cancelar sin ningún aviso.
- Las albercas de la Ciudad de San Diego pueden cerrar sin ningún aviso durante mal clima.

### PROGRAMA DE

### APRENDER A NADAR GRATIS

Este programa provee las habilidades básicas de natación, promociona de seguridad en el agua, y animar a la juventud a considerar la carrera de salvavidas.



- Edades 3 años - Adultos
- Su asistencia se requiere.

- Inscripciones empiezan el 17 de marzo, 2008 4:00 pm
- Inscripciones a la base del primero que venga.

lunes, miércoles, viernes (Nueve clases de 35 minutos)

Sesión 1 24 de marzo - 11 de abril, 2008

Sesión 2 14 de abril - 2 de mayo, 2008

Sesión 3 5 de mayo - 23 de mayo, 2008

Llame o visite la alberca para más información sobre el horario y las clases ofrecidas.

### NATACIÓN DE REGREZO

lunes - viernes	3:15 pm - 4:45 pm
lunes, miércoles, viernes	7:00 pm - 8:00 pm

### NATACIÓN RECREATIVA

domingo 4:00 pm - 6:00 pm  
Se designarán áreas/carriles específicas para la natación de regazo/recreativa, sin embargo, la alberca se puede utilizar para otros programas durante el horario designado para la Natación de Regreso/Recreativa.

### ENTRADA/ADMISIÓN

Adultos (16 years & older) \$5.00/entrada  
Niños/Inválidos/Ancianos (62 y mayores) \$1.50/entrada  
Todas personas que entran la facilidad durante el horario de la Natación de Regreso/Recreativa deben pagar la entrada.

- Pases de descuento están disponibles para la compra y pueden ser utilizado en todas las albercas de la Ciudad (los pasos se vencen un año después de venta).
- Niños menores de 7 años de edad o menos de cuatro pies de altura deben estar acompañados de un parent o un adulto responsable que paga la entrada en traje de nadar a todos tiempos. Mientras que esté en el agua el parent o la persona responsable debe tener al niño cerca de sus manos.

### PRUEBAS DE SEGURIDAD

Puede ser que tengamos pruebas de seguro de diez minutos cada media hora o cada hora durante el horario de las nataciones recreativas.

★ Hay un límite de becas para personas de bajos ingresos, para los programas si califican. Favor de ponerse en contacto con el gerente de la alberca sobre los detalles.

# GENERAL INFORMATION/INFORMACIÓN GENERAL

## EMERGENCY TESTING

All City pool personnel are subject to emergency testing at any time. Patron patience and cooperation during these drills are greatly appreciated.

## RENTALS

All City pools are available to rent for exclusive or shared use (birthday parties, school activities, athletic team activities, company parties, special events, etc.). More information may be obtained from the Pool Manager.

## DONATIONS

By donating to our park system, you can help the Park and Recreation Department to enrich the lives of others through quality parks and programs. Your gift will help ensure that we meet the needs of the community, including people of all ages, abilities and income levels through recreation, natural open space parks, neighborhood parks, and aquatics programs. For more information on how you can become a donor to your favorite park, pool or recreation program, please call David Monroe, Deputy Director CPII Division, (619) 525-8235.

## REFUND POLICY

Extra care should be given to the selection of classes. There are NO REFUNDS. Class transfers or credit towards another aquatic program may be requested and must be authorized by the Pool Manager. Full refund will be granted only if the class is canceled by the Pool Manager.

## VOLUNTEERS NEEDED!

Ongoing opportunities are available at recreation centers, pools and regional parks throughout the City, as well as with senior and therapeutic recreation programs. If you would like to volunteer, please see staff for more information, or visit [www.sandiego.gov/park-and-recreation/general-info/volunteer.shtml](http://www.sandiego.gov/park-and-recreation/general-info/volunteer.shtml) or contact the Volunteer Office at (619) 533-4017.

## PUEBAS DE EMERGENCIA

Todo el personal de albercas de la Ciudad está sujeto a pruebas de emergencia a cualquier tiempo. Agradecemos mucho la paciencia y cooperación de todos los clientes durante estos entrenamientos.

## ALQUILAMIENTO DE ALBERCAS

Todas las albercas de la Ciudad están disponibles para alquilar para uso exclusivo o compartido (fiestas de cumpleaños, actividades de escuela, actividades de equipo atlético, partidos de compañía, eventos especiales, etc.) Comuníquese con el gerente de la alberca para obtener más información.

## DONACIONES

Con su donación al sistema de parques, Ud puede ayudar al Departamento de Parque y Recreación enriquecer las vidas de otros por medio de parques y programas de calidad. Su donación asegura que podremos cumplir con las necesidades de la comunidad de todas las edades, habilidades y niveles de ingresos por medio de recreación, parques de espacios naturales, y programas acuáticos. Para más información sobre como puede donar a su parque, alberca o programa recreativo favorito, comuníquese con David Monroe, Director Diputado, CPII Division, (619) 525-8235.

## REEMBOLSO

Deben poner extra cuidado cuando escojan las clases. NO HAY REEMBOLSO. Pueden solicitar que se transfieren a otra clase o recibir crédito para otro programa acuático con la autorización del gerente de la alberca. El reembolso entero se otorgará sólo si la clase es cancelada por el gerente de la alberca.

## ¡NECESITAMOS VOLUNTARIOS!

Tenemos oportunidades disponibles en nuestros centros de recreación, albercas, y parques regionales en toda la ciudad, también con programas de recreación para mayores de edad y terapéuticos, y mucho más. Si Ud esta interesado, infórmese con el personal o visite nuestra pagina de Internet a [www.sandiego.gov/park-and-recreation/general-info/volunteer.shtml](http://www.sandiego.gov/park-and-recreation/general-info/volunteer.shtml) o comuníquese con la Oficina de Voluntarios al (619) (619) 533-4017 para más información.

As a recipient of federal funds, the city of San Diego cannot discriminate against anyone on the basis of race, color, creed, sex, age, national origin or ancestry, religion, pregnancy, physical or mental disability, veteran status, marital status, medical condition, gender (transsexual and transgender), sexual orientation, as well as any other category protected by federal, state or local laws. If anyone believes he or she has been discriminated against, he or she may file a complaint alleging the discrimination with either the City of San Diego Park and Recreation Department (contact District Manager (619) 533-6526) or the Office of Equal Opportunity, U.S. Department of the Interior, Washington, D.C. 20240. This information is available in alternative formats upon request./La ciudad de San Diego, como recipiente de fondos federales, no puede discriminar en contra de ninguna persona en la base de raza, color, credo, sexo, edad, origen nacional o ascendencia, religión, embarazo, incapacidad física o mental, la estado de veterano, estado civil, condición médica, género (transsexual y transgénero), orientación sexual, así como cualquier otra categoría protegidas por medio de leyes federal, del estado o local. Si alguien cree que se le discrimina, el o ella puede someter una queja alegando la discriminación con el Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de San Diego (llame a la Supervisora del Distrito (619) 533-6526) o con la Oficina De Oportunidades Imparciales del Departamento del Interior de los EE.UU. Washington, D.C. 20240. A petición esta información esta disponible en formatos alternativos

PRINTED ON RECYCLED PAPER/IMPRESADO EN PÁPEL RECICLADO.

